



DETAIL DU PROGRAMME PEDAGOGIQUE

PRATICIEN(NE) MASSAGE CALIFORNIEN

La formation de 24h en présentiel et 15h de travail en autonomie se déroule en 3 temps :

1^{ère} PARTIE : 3 jours consécutifs : 21H

MODULE I

JOUR 1 : 7H

Objectifs pédagogiques : A l'issue de cette journée, le stagiaire sera capable de :

- Définir le massage californien
- Identifier ses bienfaits et ses contre-indications
- reconnaître l'anatomie de la partie postérieure utile au protocole
- pratiquer des techniques de « massage bien-être » spécifiques au Massage californien
- s'approprier le protocole du travail côté postérieur et le pratiquer avec l'aide du support

I Accueil

II Présentation

- Qu'est ce que le massage californien ?
- Bienfaits et contre-indications

III COURS PRATIQUE : Apprentissage du protocole

TRAVAIL COTE POSTERIEUR

- notion d'anatomie
- démonstration des techniques
- Mise en application par le stagiaire
 - Travail DU DOS
 - Travail des jambes (début)

IV Validation/révision travail côté postérieur

MODULE II

JOUR 2 : 7H

Objectifs pédagogiques : A l'issue de cette journée, le stagiaire sera capable de :

- reconnaître l'anatomie de la partie antérieure utile au protocole
- pratiquer des techniques de « massage bien-être » spécifiques au Massage californien
- s'approprier le protocole du travail antérieur et le pratiquer avec l'aide du support

COURS PRATIQUE

I TRAVAIL COTE POSTERIEUR

- Vérification et Révision travail du dos et jambe
- Travail des jambes (fin)



II TRAVAIL COTE ANTERIEUR

- notion d'anatomie
- démonstration des techniques
- Mise en application par le stagiaire
 - Travail des pieds
 - Travail des jambes
 - Travail des bras/mains

III Validation/Révision travail pieds/jambes/bras/mains côté antérieur

MODULE III

JOUR 3 : 7H COURS PRATIQUE

Objectifs pédagogiques : A l'issue de cette journée, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les éléments fondamentaux de l'anatomie
- pratiquer des techniques de « massage bien-être » spécifiques au Massage californien-
- adapter votre soin en fonction des besoins de votre client
- réaliser le protocole entier avec l'aide du support

I REVISION côté antérieur Jour 2

II TRAVAIL COTE ANTERIEUR

- notion d'anatomie
- démonstration des techniques
- Mise en application par le stagiaire
 - Travail du ventre
 - Travail des cervicales
 - Travail du visage
 - Travail du crâne

III VALIDATION/REVISION PROTOCOLE EN ENTIER

MODULE IV

2^{ème} PARTIE : 15H travail en autonomie

Objectifs pédagogiques : A l'issue de cette séquence, le stagiaire sera capable de :

- reproduire le protocole entier du massage californien en 60min sans l'aide du support

Réaliser 15 massages d'après le protocole appris en 1^{ère} partie.

Feuille de suivi à faire signer par vos « cobayes » pour chaque massage réalisé (fournie le 1^{er} jour de formation)



3^{ème} PARTIE : 3H Certification

Questions/réponses

Perfectionnement des techniques à revoir

EVALUATION DES ACQUIS : savoir réaliser le protocole en entier du massage californien d'une durée de 60min en condition réelle sans aide de support.